



**Procedimientos Recomendados  
para la Planificación y la  
Recuperación Después  
de un Desastre**

---





Como hemos visto en las situaciones de emergencia recientes (la inundación, los tornados, las tormentas del invierno u otros desastres), es posible que usted no pueda obtener los recursos necesarios durante un período de tiempo significativo después de que pase un evento. Es posible que no tenga acceso a la comida, al agua o a la electricidad durante días, o hasta semanas.

Al tomarse un poco de tiempo ahora para prepararse, usted puede proporcionarle provisiones guardadas de emergencia a su familia entera. Usted se debe preparar para poder pasar por lo menos 48-72 horas sin ayuda.

Esta guía también contiene información en cuanto a lo que se debe hacer en caso de que hayan otros eventos de emergencia. Por favor tómese el tiempo de leer esta guía y comenzar las preparaciones para usted y su familia.

# Índice

Calidad del agua	• 3
Agua para beber y cocinar	• 3
Cómo desinfectar pozos privados – Tratamiento con cloro ( <i>“Shock Chlorination”</i> )	• 4
Preparaciones para el tratamiento con cloro <i>“Shock Chlorination”</i> (Asegúrese de que el pozo se haya construido bien)	• 4
Procedimientos para el tratamiento con cloro <i>“Shock Chlorination”</i>	• 5
Cómo tratar el suministro de agua con cloro	• 6
Procedimientos de seguimiento	• 7
Los tanques sépticos y la inundación	• 8
Seguridad alimenticia	• 9
Alimentos refrigerados o descongelados	• 9
Cómo limpiar la refrigeradora y el congelador	• 10
Limpieza del hogar	• 10
Ingreso a casas o edificios	• 11
Cortocircuitos eléctricos cortos y escapes de gas	• 11
La electrocución es el asesino principal durante los desastres	• 11
Daños a las estructuras	• 12
Cómo bombear el agua por fuera del sótano	• 13
A la hora de limpiar	• 13
Salud e higiene general	• 13
Proteja a sus hijos de los peligros que presentan las inundaciones	• 14
Soluciones a base de blanqueador para desinfectar en contra de las inundaciones	• 15
Vacunas	• 15
Mosquitos	• 15
Cómo desechar la basura	• 16
Los peligros de las aguas en movimiento suave	• 16
Recursos	• 18

---

# Calidad del agua

---



Las condiciones de inundación representan amenazas serias para la calidad del suministro de agua. Esté atento a los anuncios públicos con respecto a qué tan potable es el suministro de agua de su comunidad. El agua que viene de pozos privados los cuales han sido inundados se debe evaluar para conocer la pureza bacteriológica, y quizá se debe desinfectar una vez que se retire el agua restante después de la inundación. El agua que viene de tales pozos se debe considerar como NO POTABLE hasta que un laboratorio con licencia haya demostrado lo contrario. El hecho que el agua sea turbia o que haya cambios en el sabor u olor son señales posibles de contaminación. Si hay alguna indicación que el agua de una inundación haya penetrado el suministro de agua aún si no hay cambios perceptibles en el sabor u olor, obtenga un kit para llevar a cabo evaluaciones de muestras del agua proporcionado por el Laboratorio del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska llamando al (402) 471-3935. Puede que estos kits también estén disponibles a través de los departamentos de salud de la ciudad o del condado, o de las oficinas locales del condado de recursos generales (*county extension offices*).

## **Agua para beber y cocinar**

Si sospecha que su suministro de agua ha sido contaminado, beba solamente agua hervida, embotellada comercialmente o tratada, hasta que el suministro de agua sea evaluado y considerado como potable. La contaminación bacteriológica puede ocurrir de nuevo después de una inundación, así que lleve a cabo otra evaluación del agua un par de meses después de la primera evaluación.

## **A continuación se enumeran unas pautas generales con respecto al agua para beber y cocinar.**

- No use el agua contaminada para lavar platos, cepillarse los dientes, lavar y preparar la comida o para hacer hielo.

- El hervir el agua a un hervor intenso por lo menos 1 minuto matará la mayoría de las bacterias y los organismos dañinos.
- Lave los recipientes que se usan para guardar agua con una solución de blanqueador antes de usarlos. Siempre tenga mucho cuidado con los recipientes temporales ya que es posible que algunos de ellos tengan sustancias químicas residuales las cuales pueden contaminar aún más el agua que se guarda en ellos.
- El agua se puede tratar con pastillas de cloro o yodo, o al añadir seis gotas (1/8 de una cucharadita) de blanqueador sin perfume o regular a cada galón de agua. Mezcle la solución rigurosamente, y déjela reposar por lo menos 30 minutos. (Este tratamiento no matará los organismos parasíticos.) Se puede filtrar el agua más turbia al usar un trapo limpio antes de desinfectar o hervir el agua, pero debe ser dos veces la cantidad inicial. Guarde el agua desinfectada en recipientes limpios y cubiertos. Se notará un sabor particular a cloro después del tratamiento; este sabor no le hará daño, pero indica que se ha usado suficiente desinfectante para tratar el agua.

## **Cómo desinfectar pozos privados– Tratamiento con cloro (“Shock Chlorination”)**

Si los resultados de las evaluaciones para detectar la presencia de coliforme o de otra contaminación bacteriológica han salido positivas, se puede llevar a cabo un procedimiento simple y relativamente barato para tratar el agua con cloro. Este tratamiento es conocido como tratamiento con cloro o “*Shock chlorination*” en inglés. Para llevar a cabo el proceso de *Shock chlorination*, se añade una gran cantidad de solución de cloro a todo el sistema de suministro y distribución de agua para matar cualquier bacteria y organismos que producen enfermedades.

Preparaciones para el tratamiento con cloro “*Shock Chlorination*” (Asegúrese de que el pozo se haya construido bien)

- Antes de llevar a cabo el tratamiento de tratamiento con cloro, es importante inspeccionar la integridad o condición de la fuente del suministro de agua. El pozo debe ser construido de tal manera que prevenga el ingreso de animales, insectos, desechos o agua de la superficie. La envoltura debe ser sellada en el área de la boca del pozo para prevenir el ingreso de contaminantes. Los pozos de agua privados deben cumplir con los estándares mínimos de Nebraska con respecto a su construcción. Las preguntas

en cuanto a la construcción de pozos de agua se deben dirigir al Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska al (402) 471-0598.

- Si los residentes o dueños del hogar no tienen un entendimiento de los procesos mecánicos de su sistema de suministro de agua, deben contactar a un profesional capacitado para que pueda llevar a cabo el trabajo.

Es muy importante avisar a todas las personas que usen el sistema de suministro de agua que se está desinfectando, y que el agua no es potable en estos momentos.

## **Procedimientos para el tratamiento con cloro** *“Shock Chlorination”*

### *Cómo mezclar una solución de cloro*



El cloro es un desinfectante general que es muy tóxico para las bacterias en concentraciones de 200 miligramos por litro y más. Para llevar a cabo el proceso de tratamiento con cloro en un pozo, se debe añadir una solución de cloro al suministro de agua hasta que llegue a un nivel de concentración de 200 miligramos por litro y después circular el agua para desinfectar todas las partes del sistema de agua.

El cloro está disponible en varias formas. Las formas más comunes que se usan para desinfectar un pozo son el cloro granular o “seco”, y soluciones líquidas o “hipocloritos”, conocido generalmente como blanqueadores comunes. El cloro granular contiene aproximadamente un nivel de cloro disponible del 65 por ciento (hipoclorito de calcio en una solución) como ingredientes para matar a las bacterias. Los blanqueadores comunes del hogar contienen una solución de 5.25 por ciento de hipoclorito de sodio aproximadamente como ingredientes para matar a las bacterias. Cuando se usan de manera apropiada, las dos tienen la misma eficacia para desinfectar los pozos de agua privados.

Para crear una solución eficaz, añada blanqueador o cloro granular a 5 galones de agua en un recipiente que esté limpio y no sea metálico. Vea el cuadro a continuación para conocer las cantidades específicas que se deben añadir.

Cuadro. La cantidad de blanqueador necesaria para desinfectar un pozo de agua privado.

*(para cada 10 pies de profundidad del agua en un pozo)*

Diámetro del pozo	Cantidad de gránulos de cloro	Cantidad de blanqueador para lavandería
2–8 pulgadas	1 onza	1 pinta
10–14 pulgadas	3 onzas	3 pintas
16 –20 pulgadas	7 onzas	7 pintas
22–26 pulgadas	12 onzas	12 pintas
28–30 pulgadas	16 onzas	16 pintas
36 pulgadas	24 onzas	24 pintas

1 pinta: 0,47 litros

## Cómo tratar el suministro de agua con cloro

### *Cómo añadir la solución*

Vierta la solución de cloro directamente al pozo, salpicando generosamente la bomba, envoltura y tubería del pozo al igual que otros equipos lo que más pueda. Sujete una manguera a una llave que esté cerca y use la manguera para lavar la parte interior del pozo rigurosamente. Deje prendida la manguera por lo menos durante una hora o hasta que se pueda detectar un olor de cloro fuerte.

Ahora abra todas las llaves (todas las llaves adentro y afuera de la casa, los hidrantes, etc.) en el sistema. Deje prendidas todas las llaves hasta que huela a cloro, y luego ciérrelas. Esto asegurará que el agua con cloro llegue a todas las partes del sistema de suministro de agua.

Una vez que el agua del pozo se haya tratado con cloro y recirculado completamente, se debe dejar en el sistema por lo menos durante 24 horas. Selle el pozo de nuevo y espere un día completo antes de comenzar a “enjuagar” el sistema.

Después de las 24 horas, enjuague el sistema para quitar el cloro residual del suministro de agua. Para hacer esto, abra una llave de afuera (llave externa o hidrante) y usando una manguera haga que el agua se drene a un campo abierto, una zanja u otra área baja. No la drene al

sistema séptico ubicado cerca de la casa, ya que el cloro matará las bacterias que son esenciales para el proceso de descomposición los desechos en el tanque séptico. El cloro también le hará daño al césped y a los arbustos, así que evite el drenar el agua con cloro a estas áreas.

Deje la llave prendida hasta que ya no pueda oler el cloro. Abra las llaves de agua de adentro, teniendo cuidado que no pasen más de aproximadamente 100 galones de agua con cloro por los desagües y eventualmente al tanque séptico. Espere una hora más o menos y luego prenda el agua otra vez para asegurar que ningún olor de cloro haya permanecido. Su suministro de agua debe estar completamente libre del cloro residual antes de que se evalúe de nuevo, ya que el cloro residuo interferirá con el análisis de puridad bacteriológica.

## Procedimientos de seguimiento



En los casos serios de contaminación bacteriológica con coliforme, puede que sea necesario más de un tratamiento con cloro. Siempre evalúe su suministro de agua de nuevo después del proceso de tratamiento con cloro antes de usarla para beber o cocinar.

Los kits de laboratorio están disponibles a través del Laboratorio del Departamento de Salud y

Servicios Humanos de Nebraska en 3701 South 14th, Lincoln, Nebraska 68502 o al llamar al (402) 471-3935. Puede que los kits también estén disponibles en los departamentos de salud locales y en algunas oficinas locales del condado de recursos generales (county extension offices).

Tome muestras de una llave de adentro al remover los aireadores o filtros que se han removido, si es posible. Las muestras no se deben tomar de las tuberías de agua que pasan por un descalcificador u otro aparato de tratamiento. En la mayoría de los casos, la llave de agua fría en el laboratorio de la cocina es “no descalcificada” o agua “dura”. Las muestras de agua se deben tomar en un día entre semana y se deben entregar o enviar al laboratorio dentro de 30 horas para que se pueda analizar de manera apropiada.

La contaminación recurrente de coliforme puede indicar que hay un problema con la estructura o ubicación de su pozo (por ejemplo, un pozo que termina en un

hoy y entonces está expuesto al agua de escorrentía de las áreas bajas). Contacte al Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska al (402) 471-0598 o a un perforista profesional autorizado para sugerencias en cuanto a su sistema de suministro de agua privado particular.

También se debe llevar a cabo tratamiento con cloro siempre que se hacen reparaciones o modificaciones al sistema de suministro de agua.

Cuando reciba resultados de parte del Laboratorio del Departamento de Salud y Servicios Humanos que indican que el agua es segura bacteriológicamente, el suministro de agua se puede volver al uso completo. Se recomienda que el agua sea evaluada de nuevo después de un par de meses ya que la contaminación bacteriológica puede recurrir después de una inundación.

### **Problemas persistentes o difíciles**



Si las nuevas evaluaciones indican que hay bacterias presentes, el proceso del tratamiento con cloro se debe repetir. Si las bacterias de

coliforme permanecen después de llevar a cabo varios tratamientos, se sospecha que hay una fuente directa de contaminación (fuente puntual). Ésta puede ser un pozo abandonado cercano, el hecho que la envoltura no se haya sellado bien, una capa o extractor del pozo que esté agujerado, el agua de escorrentía de los ranchos, o contaminación por un sistema de desechos cercano. Esta fuente de contaminación se debe encontrar y corregir, o se debe instalar un nuevo sistema de suministro de agua. En algunos casos el tratamiento con cloro continuo es necesario para suministrar agua potable.

### **Los tanques sépticos y la inundación**

Los tanques sépticos no se deben bombear durante los períodos de altos niveles freáticos o de inundación. Si un tanque séptico se bombea, puede “salir a flote” dada la presión hidrostática del agua subterránea. Esto puede causar daño a las conexiones de tubería del sistema del tanque séptico. Si su sistema no funciona, usted debe usar un sistema de baño portátil, o baños públicos si es posible. El área de drenaje del sistema séptico necesita un poco de tiempo para secarse y volver a funcionar.

---

# Seguridad alimenticia

---



Bote cualquier comida que haya tenido contacto con el agua de la inundación, exceptuando las comidas enlatadas vendidas comercialmente. Aquellos alimentos comerciales enlatados que no hayan sufrido daño pueden aún ser consumidos si se remueve la marquilla, se lava la lata lo más cuidadosamente posible y se desinfecta utilizando una solución de una taza de blanqueador por 5 galones de agua. Estas latas pueden volver a ser marcadas utilizando un marcador permanente. Las comidas de tapa rosca, o twist-off, tales como los refrescos, jugos, etc., deben botarse ya que estas tapas no evitan el acceso del agua proveniente de la inundación.

## **Alimentos refrigerados o descongelados**

Si su refrigerador o congelador no estuvo expuesto al agua proveniente de la inundación, puede que se pueda recuperar algunos o todos los alimentos y demás los cuales hacen parte de su contenido. Los alimentos en un congelador casi lleno pueden seguir siendo consumibles hasta después de dos días sin energía si la puerta no se abre. Revise bien para cerciorarse que los alimentos no estén vencidos ni dañados. Si ha descongelado parcialmente carne, puerco, pescado o mariscos, no los debe volver a congelar. Cualquier fruta o verdura que todavía se sienta dura al tocarla se puede volver a congelar. Cualquier comida que haya sido expuesta a temperaturas ambiente durante más de dos horas, o cualquier alimento que no huela bien o que tenga un color o textura fuera de lo normal se debe botar. Una regla general que siempre se debe seguir es la de “cuando hay duda, para la basura”.

Si su refrigerador o congelador estará desconectado durante bastante tiempo:

- separe sus alimentos congelados y guárdelos en los congeladores de los congeladores de sus amigos si ellos sí tienen electricidad;
- busque espacio en algún congelador de alguna tienda, iglesia, escuela o congelador comercial que tenga servicio eléctrico; o
- utilice hielo seco-25 libras (11 kilos) de hielo seco hace que un congelador de 10 pies cúbicos mantenga una temperatura bajo cero durante tres o cuatro días. (Tenga mucho cuidado cuando manipule hielo seco, ya que congela todo lo que toca. Utilice guantes secos y pesados para no hacerse daño).

La comida descongelada generalmente se puede comer o congelar de nuevo sólo si continúa estando a temperaturas frías, o si contiene cristales de hielo. Para mantenerse seguro, recuerde “cuando hay duda, para la basura”. Bote cualquier alimento que haya estado expuesto a temperatura ambiente durante dos horas o más, y cualquier alimento que huela extraño, o que tenga un color o textura fuera de lo normal.

Su refrigerador mantendrá alimentos fríos durante más o menos 4 horas sin electricidad. Añada bloques de hielo o hielo seco a su refrigerador si no va a tener electricidad durante más de 4 horas. El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos tiene una línea directa para la seguridad alimenticia la cual es manejada por economistas del hogar profesionales los cuales pueden responder a preguntas acerca de la seguridad de sus alimentos durante una inundación. El número es 1-800-535-4555. Esta línea directa opera de lunes a viernes, desde las 10 am hasta las 4 pm hora este.

---

## Limpieza del hogar

---

Espere a que las autoridades declaren que la zona de inundación está fuera de peligro para regresar al área. Use botas de caucho gruesas y altas sin huecos ni cortadas, guantes de caucho o de cuero seco y un sombrero de textura sólida cuando ingrese a un área de inundación. Tenga cuidado en todo momento con cables eléctricos caídos que se encuentren parcialmente o sumergidos en su totalidad en agua; aquellos son extremadamente peligroso y se debe siempre estar al menos a 50 pies (15 metros) de ellos. Guarde una distancia mínima de 10 pies (3 metros) de cualquier cable o poste de energía que no se haya quebrado o que no esté bajo el agua. NUNCA fume en un área inundada; el agua estancada puede contener químicos inflamables.

Tenga cuidado con residuos varios causados por la inundación (vidrio quebrado, metal, madera, etc.) sobre el piso.

---

## Ingreso a casas o edificios

---

Las casas o los edificios que todavía están llenos de agua proveniente de la inundación son muy peligrosos y se debe tomar extrema precaución en caso de ingresar a ellos. Antes de entrar a una casa o un edificio en un área inundada, usted debe:

- Pregúntele a las compañías de gas y electricidad para ver si la electricidad y el gas han sido desconectados y así prevenir shocks eléctricos, incendios o explosiones. Intente regresar a su hogar durante el día para no tener que utilizar luces. Utilice linternas de batería en vez de velas, linternas a base de gas o antorchas. Si huele gas o piensa que puede haber un escape de gas, apague la válvula principal de gas o llame al proveedor de gas para apagar el suministro.
- Camine alrededor del perímetro, buscando señales de daño a las estructuras, derrumbes, deslizamientos o desbordamientos. **NO INGRESE** al edificio si no parece tener una estructura estable.

### Cortocircuitos eléctricos cortos y escapes de gas

Tenga mucho cuidado con dos de los peores peligros en un hogar inundado-los escapes de gas y los cortocircuitos eléctricos. Si huele gas, apague la válvula principal, abra las ventanas y salga inmediatamente de la casa. **NO PRENDA** las luces ni algún suiche que pueda crear alguna chispa. Contacte a su compañía de gas local o a la policía o departamento de incendio y **NO REINGRESE** a la casa hasta que le digan que es seguro hacerlo.

### La electrocución es el asesino principal



Su sistema de electricidad puede haber sufrido daños también. Si hay cables dañados o chispas, o si siente algún olor a quemado pero no ve ningún fuego, apague el interruptor inmediatamente al pararse en un taburete de madera y al utilizar un palo de madera o plástico. La corriente eléctrica sobrevive en el agua, así que tenga cuidado con los cables de luz caídos o sumergidos en el agua estancada. El área puede contener también vidrio o fragmentos de metal.

Es recomendable consultar a la compañía de servicios públicos en cuanto a la utilización de equipo eléctrico, incluyendo generadores de electricidad. NO CONECTE los generadores a los circuitos eléctricos de su hogar sin los aparatos automáticos de interrupción adecuados. Si un generador se está utilizando cuando se vuelve a prender la electricidad, esto puede representar riesgo de incendio muy peligroso.

Todos los equipos eléctricos y electrodomésticos deben estar completamente secos antes de volverlos a utilizar. Si es posible, haga que un electricista

cualificado los revise antes de prenderlos. NO opere ningún equipo a base de gas dentro de la casa para evitar escapes de monóxido de carbono. Lo mismo para las estufas de campamento. El humo producido por el carbón es especialmente peligroso.

Ya sea si usted utiliza un sistema de calefacción a base de gas, electricidad o madera, asegúrese que haya sido inspeccionado por un electricista cualificado antes de utilizarlo de nuevo. Si tales sistemas han sido mojados, reemplace el motor del ventilador, los suiches y los controles. Los ductos de calefacción y de retorno deben ser limpiados o reemplazados. Reemplace los filtros y el aislamiento dentro del calentador o del calentador de agua.

Aunque no haya daño eléctrico aparente, sea extremadamente cuidadoso. No ingrese a ningún cuarto donde las tomas eléctricas estén bajo el agua o donde haya cables colgando dentro del agua. Bajo condiciones de inundación, los depósitos de barro o impurezas del agua pueden causar cortocircuitos, así que un campo eléctrico podría existir en aguas estancadas inclusive si el interruptor principal del circuito está apagado.

## **Daños a las estructuras**

Determine si su casa ha sufrido algún daño estructural. ¿Están sueltas algunas de las placas del suelo o tienen algún hueco? ¿Están hundidos algunos de los techos o suelos? ¿Se ha movido alguna escalera, o los techos o paredes están inclinadas? Probablemente necesitará de ayuda profesional al tomar esta decisión.

## **Cómo bombear el agua por fuera del sótano**

Si el sótano de su casa se ha inundado, cerciórese que la electricidad esté apagada antes de entrar. No bombee toda el agua al mismo tiempo; intente bombear más o menos un tercio de la cantidad total cada día. Si se bombea el agua demasiado rápido, puede que las paredes se hundan hacia adentro y los pisos hacia arriba dado el escape de presión. Después de haber sacado el agua, cualquier depósito de tierra que haya dejado la inundación debe ser limpiado con una pala o una escoba. Las paredes y el suelo del sótano deben ser limpiados con una manguera y luego lavados con una solución de dos tercios de una taza de limpiador por dos galones de agua. Abra las ventanas del sótano para permitir que entre bastante circulación cuando utilice la solución de blanqueador.

### **A la hora de limpiar**

Las paredes, las superficies sólidas del piso y muchas otras superficies deben ser limpiadas con jabón y agua y ser desinfectadas con una solución de una taza de limpiador por 5 galones de agua. Debe tener cuidado particular al desinfectar completamente las superficies que puedan estar en contacto con los alimentos, como los mostradores de la cocina, los gabinetes de la alacena, los refrigeradores, etc. Las áreas donde juegan los niños más pequeños también deben limpiarse cuidadosamente. Limpie toda la ropa en agua caliente, o lávela en seco. Para los objetos que no se pueden lavar o lavar en seco tales como los colchones o los muebles tapizados, déjelos secar bajo el sol y luego desinfectelos utilizando algún desinfectante en espray. Lave todo tapete al vapor.

Si ha habido reflujos del desagüe en su casa, use botas de caucho y guantes resistentes al agua mientras limpia. Bote materiales contaminados del hogar que no puedan ser desinfectados, tales como los objetos que cubren la pared, tela, tapetes y los paneles de yeso.

---

## **Salud e higiene general**

---

Uno de los resultados de una inundación es el retraso en higiene básica durante el periodo de emergencia. Es de suma importancia que recuerde practicar higiene básica. Debe lavarse las manos con jabón y agua que haya sido hervida o desinfectada:



- antes de preparar o consumir alimentos;
  - después de utilizar el baño;
  - después de participar en actividades de limpieza relacionada con la inundación; y
- después de manipular objetos contaminados con agua proveniente de la inundación o con aguas de desagüe.

El agua proveniente de las inundaciones puede contener materia fecal de los sistemas de desagües desbordados, al igual que derivados del sector agrícola e industrial. Aunque el contacto de la piel con el agua proveniente de una inundación no representa ningún riesgo de salud serio, sí existe el riesgo de contener enfermedades al comer o tomar cualquier objeto contaminado. Si tiene alguna cortada abierta o alguna infección que pueda estar expuesta al agua proveniente de la inundación, manténgala tan limpia como pueda al lavarla bien con jabón para controlar la infección. Si una herida sigue roja, inflamada o con pus, busque atención médica inmediatamente.

Además, los padres deben ayudar a que los niños no contengan enfermedades transmitidas a través del agua. No deje que sus niños jueguen en áreas afectadas por la inundación, lave las manos de los niños frecuentemente (especialmente antes de comer), y no deje que los niños jueguen con juguetes contaminados de agua proveniente de la inundación que no hayan sido desinfectados. Puede desinfectar los juguetes utilizando una solución de una taza de blanqueador en 5 galones de agua.

## **Proteja a sus hijos de los peligros que presentan las inundaciones**

Es importante que los niños no ingresen áreas afectadas por las inundaciones. Durante las operaciones de limpieza y recuperación, existen muchos peligros, como por ejemplo el ahogarse, el estar en contacto con equipos de alta escala que se encuentran haciendo la limpieza de residuos o las enfermedades transmitidas por el agua. Lave las manos de los niños frecuentemente; sobretodo antes de comer. No se les debe permitir a los niños jugar en el agua proveniente de la inundación o con juguetes que no han sido desinfectados correctamente. Los juguetes pueden ser desinfectados con una solución de una octava parte de una taza de blanqueador por dos galones de agua.

## Soluciones a base de blanqueador para desinfectar en contra de las inundaciones

*El cuadro a continuación es una tabla de guía para usar al desinfectar objetos o áreas afectadas por aguas provenientes de inundaciones:*

Propósito:	Solución:
Desinfección de alimentos enlatados	1 taza de blanqueador por 5 galones de agua
Desinfección del refrigerador/congelador	Media taza de blanqueador por un galón de agua
Desinfección de paredes y suelos del sótano	Dos tercios de taza de blanqueador por un galón de agua
Desinfección de paredes y suelos de la casa	Media taza de blanqueador por un galón de agua
Desinfección de juguetes	1/8 de taza de blanqueador por 2 galones de agua

## Vacunas



Una epidemia de enfermedades transmisibles después de una inundación no es usual. Sin embargo, los índices de enfermedades que estaban presentes antes de una

inundación pueden aumentar dada la higiene reducida y el exceso de personas en un mismo lugar a causa del desplazamiento. El aumento de enfermedades infecciosas no presentes en la comunidad antes de la inundación usualmente no son problema. Si usted tiene una herida punzante o una herida contaminada de materia fecal, tierra o saliva, consulte a un médico o al departamento de salud para determinar si necesita una vacuna antitetánica según su historial. Las recomendaciones específicas en cuanto a las vacunas deben ser remitidas al Programa de Vacunas del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska al (402) 471-6423.

## Mosquitos

La gran cantidad de agua estancada que queda después de una inundación llevará a que aumente la presencia de mosquitos.

La mayoría de estos mosquitos serán una plaga, pero no transmitirán enfermedades. Usted debe protegerse de los mosquitos al usar mallas para mosquitos en la casa, ponerse ropa de mangas largas y pantalones largos, y al usar repelentes que contengan DEET y así protegerse. DEET es un repelente en contra de insectos común el cual se encuentra en muchos productos de repelente. Los productos que contienen DEET están disponibles en tiendas o a través de los departamentos de salud locales y estatales.

Después de la inundación, no se olvide de drenar toda el agua estancada que todavía queden en recipientes alrededor de su hogar, lo cual representa una medida eficaz de controlar las cantidades de mosquito en los días que vienen. Las autoridades de salud locales, estatales y federales estarán monitoreando activamente la situación para controlar el contagio de enfermedades transmisibles a través de mosquitos. Se pueden obtener recomendaciones para el control e inspección de mosquitos u otros insectos llamando al Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska al (402) 471-1374.

### **Cómo desechar la basura**



Una inundación sin duda hará que sean más difíciles los esfuerzos para desechar la basura. Bote cualquier alimento y cualquier otra cosa que podría pudrirse o dañarse inmediatamente. No deje que la basura se acumule; los montones de basura causarán otro riesgo de salud al atraer animales e insectos. Contacte a las personas que recogen la basura en su área para

organizar la hora de recolección de basura, el lugar, etc.

### **Los peligros de las aguas en movimiento suave**

Si usted entra en contacto con cuerpos de agua en movimiento, corre el riesgo de ahogarse sin importar su habilidad para nadar. El agua de poca profundidad en movimiento puede ser mortal, e inclusive el agua de poca profundidad estancada puede ser peligrosa para los niños más pequeños. Los autos u otros vehículos no proporcionan protección adecuada en contra de las aguas provenientes de la inundación. Los autos pueden ser llevados o se pueden dañar dentro del agua en movimiento. **NO CONDUZCA A TRAVÉS DE ÁREAS INUNDADAS**; la mayoría de gente se ahoga dentro de los autos. **NO CONDUZCA** alrededor de obstáculos en la carretera, o barricadas de tráfico – las carreteras o puentes pueden ser llevados por la corriente.

Aunque las agencias gubernamentales a todos los niveles y muchas organizaciones de ayuda para desastres colaboran para reducir los riesgos de las inundaciones, la primera línea de defensa siempre recae sobre el individuo. Cada uno de nosotros tiene la responsabilidad de proteger nuestros hogares y familias lo más que podamos. Al planear con tiempo y tomar precauciones prudentes, y al seguir prácticas de salud pública básicas, podemos cada uno de nosotros hacer de nuestra parte para minimizar los efectos de los desastres.



# Recursos

La siguiente lista de agencias gubernamentales, Organizaciones de Ayuda para Desastres y números telefónicos pueden ser contactados acerca de los esfuerzos de recuperación de desastres.

## **Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska**

301 Centennial Mall South

P.O. Box 95026

Lincoln, Nebraska 68509-5026 (402) 471-2541

## **Oficinas distritales**

### **Oficina en Omaha**

1801 North 73rd Street

Omaha, Nebraska 68114

Teléfono: (402) 595-2123

Celular: (402) 679 -7214

### **Oficina en Grand Island**

1137 South Locust Street

Grand Island, Nebraska 68801

Teléfono: (308) 385 - 5180

Celular: (308) 390- 0336

### **Oficina en Gering**

1600 10th Street

Gering, Nebraska 69341

Teléfono: (308) 436- 6948

Celular: (308) 631-2475

### **Oficina en Norfolk**

304 North 5th Street, Suite C

Norfolk, Nebraska 68701

Teléfono: (402) 370-3284

Celular: (402) 649 -5263

### **Oficina en North Platte**

200 South Silber

North Platte, Nebraska 69101

Teléfono: (308) 535 - 8132

Celular: (308) 530-3329

# Departamentos de Salud Pública

## *Central District Health Department*

Departamento de Salud Central del Distrito

1137 South Locust Street

Grand Island, Nebraska 68801

Celular: (308) 385 –5175 x178;

Línea gratuita: (308) 216-9092 Fax: (308) 385–5181

(Condados de Hall, Hamilton & Merrick)

## *Dakota County Health Department*

Departamento de Salud del Condado de Dakota

1601 Broadway Street, Box 155

Dakota City, Nebraska 68731

Teléfono: (402) 987–2164; Celular: (712) 223 –1204

Fax: (402) 987–2163

## *Douglas County Health Department*

Departamento de Salud del Condado de Douglas

1819 Farnam Street, Room 401

Omaha, Nebraska 68183

Teléfono: (402) 444 –7471; Fax: (402) 444 – 6267

## *East Central District Health Department*

Departamento Distrital del Salud Central del Este

2282 East 32nd Avenue

Columbus, Nebraska 68601

Teléfono: (402) 563– 9224 x 210;

Celular: (402) 910–5340 Fax: (402) 564 – 0611

(Condado de Boone, Colfax, Nance & Platte)

## *Elkhorn Logan Valley Public Health Department*

Departamento de Salud Pública Elkhorn Logan Valley

2104 21st Circle, Box 779

Wisner, Nebraska 68791

Teléfono: (402) 529–2233; Celular: (402) 841– 8110

Línea gratis: (877) 379-4400; Fax: (402) 529 –2211

(Condados de Burt, Cuming, Madison & Stanton)

## *Four Corners Health Department*

Departamento de Salud Four Corners

2101 N. Lincoln Avenue

York, Nebraska 68467

Teléfono: (402) 362 –2621; Celular: (402) 440 –5045

Línea gratis: (877) 337-3573; Fax: (402) 362 –2687

(Condados de Butler, Polk, Seward & York)

## *Lincoln-Lancaster County Health Department*

Departamento de Salud de Lincoln-Condado de

Lancaster

3140 N Street

Lincoln, Nebraska 68510

Teléfono: (402) 441– 8000;

Celular: (402) 440 –5462; Fax: (402) 441– 6229

## Continuación, Departamentos de Salud Pública

### *Loup Basin Public Health Department*

Departamento Pública Loup Basin  
295 North 8th Avenue, Box 995  
Burwell, Nebraska 68823  
Teléfono: (308) 346-5795; Celular: (308) 214-1066  
Línea gratis (866) 522-5795; Fax: (308) 346 - 9106  
(Condados de Blaine, Custer, Garfield, Greeley, Howard,  
Loup, Sherman, Valley & Wheeler)

### *North Central District Health Department*

Departamento Distrital de Salud Central del Norte  
422 East Douglas Street  
O'Neill, Nebraska 68763  
Teléfono: (402) 336 -2406;  
Línea gratis: (877) 336 -2406;  
Celular: (402) 340 -3086; Fax: (402) 336 -1768  
(Condados de Antelope, Boyd, Brown, Cherry, Holt,  
Keya Paha, Knox, Pierce, & Rock)

### *Northeast Nebraska Public Health Department*

Departamento de Salud Pública del noroeste de Nebraska  
117 West 3rd Street  
Wayne, Nebraska 68787  
Teléfono: (402) 375-2200; Fax: (402) 375-2201  
(Condados de Cedar, Dixon, Thurston, & Wayne)

### *Panhandle Public Health Department*

Departamento de Salud Pública del Panhandle  
808 Box Butte Avenue, Box 337  
Hemingford, Nebraska 69348  
Teléfono: (308) 487- 3600;  
Celular: (308) 760- 2415; Fax: (308) 487- 3682  
(Condados de Banner, Box Butte, Cheyenne, Dawes,  
Deuel, Garden, Kimball, Morrill, Sheridan, & Sioux)

### *Public Health Solutions*

995 East Highway 33, Suite 1  
Crete, Nebraska 68333  
Teléfono: (402) 826 -3880;  
Línea gratis: (888) 310 -0565  
Celular: (402) 730-4829; Fax: (402) 826 - 4101  
(Condados de Fillmore, Gage, Jefferson, Saline, &  
Thayer)

### *Sarpy/Cass Department of Health and Wellness*

Departamento de Salud y Bienestar de Sarpy/Cass  
701 Olson Drive, Suite 101  
Papillion, Nebraska 68046  
Teléfono: (402) 339 - 4334; Celular: (402) 681-6888  
Línea gratis: (800) 645-0134; Fax: (402) 339- 4235  
(Cass & Sarpy counties)

## Continuación, Departamentos de Salud Pública

### *Scotts Bluff County Health Department*

Departamento de Salud del Condado de Scotts Bluff  
1825 10th Street  
Gering, Nebraska 69341-2445  
Teléfono: (308) 436- 6636; Celular: (308) 631- 6074  
Fax: (308) 436 - 6638

### *South Heartland District Health Department*

Departamento de Salud Distrital South Heartland  
606 N. Minnesota Ave., Suite 2  
Hastings, Nebraska 68901-5256  
Teléfono: (402) 462- 6211;  
Línea gratis: (877) 238-7595; Fax: (402) 462- 6219  
(Condados de Adams, Clay, Nuckolls, & Webster)

### *Sandhills District Health Department*

Departamento de Salud Distrital Sandhills  
55 East River Road #24, Box 784  
Ogallala, Nebraska 69153  
Teléfono: (308) 284-6054; Celular: (308) 289-1915  
Fax: (308) 284-4833  
(Condado de Arthur, Arthur, Condado de Grant/  
Hyannis, Condado de Hooker/Mullen, Keith County/  
Ogallala, Condado de Thomas/ Thedford)

### *Southeast District Health Department*

Departamento de Salud Distrital del Sureste  
601 J Street  
Auburn, Nebraska 68305  
Teléfono: (402) 274 - 3993;  
Línea gratis: (877) 777- 0424;  
Celular: (402) 274 - 8158; Fax: (402) 274- 3967  
(Condados de Johnson, Nemaha, Otoe, Pawnee, &  
Richardson)

### *Southwest Nebraska Public Health*

Salud Pública de Nebraska del Suroeste  
Department 322 Norris Avenue, Suite 8  
McCook, Nebraska 69001  
Teléfono: (308) 345 - 4223;  
Línea gratis: (888) 345- 4223;  
Celular: (308) 340- 2642; Fax: (308) 345 - 4289  
(Condados de Chase, Dundy, Frontier, Furnas, Hayes,  
Hitchcock, Perkins, & Red Willow)

### *Three Rivers Public Health Department*

Departamento de Salud Pública Three Rivers  
33 West 4th Street  
Fremont, Nebraska 68025  
Teléfono: (402) 727- 5396;  
Línea gratis: (866) 727- 5396;  
Celular: (402) 676 -5396; Fax: (402) 727-5399  
(Condados de Dodge, Saunders, & Washington)

## Continuación, Departamentos de Salud Pública

### *Two Rivers Public Health Department*

Departamento de Salud Pública Two Rivers

701 4th Avenue, Suite 1

Holdrege, Nebraska 68949

Teléfono: (308) 995-4778;

Línea gratis: (888) 669 -7154;

Celular: (308) 991- 6313; Fax: (308) 995 - 4073

(Condados de Buffalo, Dawson, Franklin, Gosper, Harlan, Kearney, & Phelps)

### *West Central District Health Department*

Departamento de Salud Distrital Central del Oeste

111 North Dewey Street

North Platte, Nebraska 69101

Teléfono: (308) 696 -1201;

Celular: (308) 530 -7194; Fax: (308) 696 -1204

(Condados de Arthur, Grant, Hooker, Keith, Lincoln, Logan, McPherson, & Thomas)

